côté santé
34 AVENUE DES CHAMPS ELYSEES
75008 PARIS - 01 48 12 35 35

MARS/AVRIL 13
Mensuel

Surface approx. (cm²) : 1539
N° de page : 8-10

beauté

De la volonté, il en faut pour assurer fermeté à sa peau. Et si cet atout silhouette n'était pas un combat mais une ligne de conduite ?

Véronique Coron

C'est décidé, je suis ferme !

Eléments de recherche : LPG : fabricant d'appareils de remise en forme/traitement de la peau, toutes citations

côté santé
34 AVENUE DES CHAMPS ELYSEES
75008 PARIS - 01 48 12 35 35

MARS/AVRIL 13
Mensuel

Surface approx. (cm²) : 1539
N° de page : 8-10

Drôles de machines

•Le Vélashape chez les dermatos et spécialistes, c'est la machine anti-peau d'orange qui chauffe les cellules graisseuses à 40° et à 2cm de profondeur pour drainer et alléger la silhouette.

•Le Lipomassage avec le Cellu M6 de LPG la plus connue des machines, s'attaque à la fermeté du corps avec des têtes, une aspiration et une technique éprouvées. Quand elle s'adresse au visage, la technique prend le nom d'Endermolift avec une stimulation par micro-battements de têtes spécifiques. La microcirculation est stimulée et la peau retrouve son tonus. Une alternative naturelle sans effet secondaire que l'on peut pratiquer à tout âge et débuter en prévention dès 25 ans.

•À la maison, on s'offre la petite sœur, la WellBox et l'on suit un mode d'emploi simple pour alléger, drainer, tonifier la peau. Cinq têtes destinées à chaque zone précise. Tout se range dans la boîte d'une façon pratique. 999 € sur weelbox.fr ou chez Darty. Avec on utilise les soins visage ou corps sur mesure après avoir rempli un questionnaire que l'on trouve sur le site weelbox.

•Le watermass en thalasso, la machine la plus aquatique est utilisée en hydrothérapie. Le corps est huilé pour faire glisser une tête qui aspire la peau tout en propulsant en douceur de l'eau de mer et des huiles essentielles. Un soin très agréable qui draine vraiment tout en stimulant les tissus.

on vraiment lutter contre la perte de fermeté sans se faire mal ? *«Oui,* répond Karine Gautier, formatrice chez LPG, *et avec méthodologie.»*

Pourquoi ma peau devient ramollo ?

Les raisons sont multiples et en première ligne, le temps. Et comme le précise le docteur Georgieu chirurgien plasticien, *«le capital génétique prédomine».* On nait avec une peau claire, foncée, fine ou épaisse, avec une élasticité plus ou moins durable. En attendant, la mauvaise nouvelle, c'est que passé 25 ans les fibroblastes, ces petites cellules, situées dans le derme au niveau des couches superficielles, fonctionnent au ralenti. La bonne nouvelle, c'est qu'elles ne meurent jamais. Mais, en produisant moins d'élastine et de collagène, les ressorts de la peau comparables à ceux d'un matelas s'affaissent.

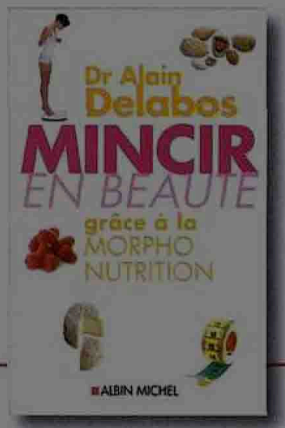
Quels sont les facteurs aggravants ?

Toujours les mêmes ! Le plus néfaste est le soleil et ses maudits rayons ultraviolets. Le tabac altère considérablement les fibroblastes, tout comme la pollution et autres agressions extérieures. L'alimentation agit sur la glycation qui rappelle les mailles d'un pull une fois bouilli. Les sucres se fixent sur les fibres de collagène qu'ils caramélisent ! Attention à l'alcool et aux régimes yoyo qui ne font que contrarier le système fait d'équilibre. Du côté des cellules graisseuses, les adipocytes engorgés grossissent et entravent l'oxygénation des fibroblastes, ce qui provoque des phénomènes de rétention d'eau et une stagnation des déchets. On entre dans un cercle vicieux, car les fibroblastes en souffrance produisent de la fibrine qui cloisonne les cellules graisseuses. Résultat, la peau se détend, encore et encore...

Quels sont les remèdes ?

Bonne nouvelle, en stimulant les fibroblastes, on enclenche à nouveau le mécanisme de production d'élastine et de collagène, donc on redonne du peps aux ressorts. Pour cela on va appliquer quotidiennement des soins bourrés d'actifs. L'hydratation quotidienne, la protection contre le soleil et les massages stimulants comme par exemple les pincements Jacquet sur le visage sauront faire patienter quelque peu le temps. En institut, on appréciera les séances de mécano-stimulation (voir encadré), sorte de micro-massage ultra rapide. À raison de 10 séances (deux par semaine) puis d'une séance par mois en maintien, on peut obtenir des résultats significatifs. Après chaque séance les jambes sont légères et une douce sensation de détente accompagne le soin de trois quarts d'heure. Sur le visage, c'est immédiatement un coup d'éclat et des traits détendus. Pour densifier à nouveau le matelas cutané, on peut aussi faire appel aux injection d'acide hyaluronique qui bien dosées vont avoir un effet hydratant très subtil. La mésothérapie va, elle de son côté rebooster les fibroblastes et redonner du tonus à la peau. Interroger le médecin plasticien afin de choisir la meilleure solution.

Le temps fait son chemin et la perte de fermeté modifie les courbes de notre corps et de notre visage. Côté corps, les muscles profonds s'ils ne sont entretenus laissent place au relâchement. La cellulite liée aux modifications hormonales s'installe. Quant à la peau, elle subit la loi de l'apesanteur et c'est la ptose qui avec les années nous inflige la fesse et le regard triste, les bajoues, les bras en aile de raie, voire le menton du dindon. Peut-



Côté Cuisine

On se fait coacher sur Internet et on opte pour une alimentation équilibrée dosée ou répartie selon sa préférence. Au choix le site WeightWatcher.fr et la possibilité de contrôler son poids et de rééquilibrer son alimentation pour une silhouette en bonne santé. Ou le site Chrono-coaching.fr du docteur Delabos qui propose une alimentation répartie selon les moments de la journée où ils sont le mieux digérés et selon le type de morphologie. Résultat on mange de tout et même beaucoup et on retrouve les volumes et la peau qui nous vont. À lire aussi la nouvelle édition de son livre *Mincir en beauté grâce à la morphonutrition* chez Albin Michel.

Eléments de recherche : LPG : fabricant d'appareils de remise en forme/traitement de la peau, toutes citations

côté santé
34 AVENUE DES CHAMPS ELYSEES
75008 PARIS - 01 48 12 35 35

MARS/AVRIL 13
Mensuel

Surface approx. (cm²) : 1539
N° de page : 8-10

beauté

Contre la cellulite qui aggrave la perte de fermeté.

L'Endermologie® avec le Cellu M6 de LPG offre de bons résultats qui nécessitent cependant un entretien régulier et constant. En cabinet médical *«le croisement de techniques de palpé/roulé, radio fréquence et lumière pulsée va fragmenter les cellules, procurer une revascularisation de la peau et la désengorger,* explique le docteur Georgieu. *J'utilise cette technique également après une intervention chirurgicale pour favoriser le drainage des tissus.»* Ainsi, la peau est retendue et la cellulite délogée. Sur le visage toujours avec la même technologie tripolaire et des têtes différentes, sans douleur, on régénère les fibres de collagène et on observe une diminution des rides et des rides. En cinq séances on peut déjà admirer un net raffermissement cutané. D'autres techniques, selon les cas, peuvent être proposées par le médecin avant d'opter pour une éventuelle intervention chirurgicale. Côté fermeté, les massages naturels réguliers dans l'eau de mer fraîche quand on a la chance de vivre près de l'océan sont une bénédiction mais demandent du courage par grand froid ! Alternative à la maison de la côte, une escapade silhouette en thalasso qui va combiner applications d'algues reminéralisantes et drainantes aux techniques de soins d'hydrothérapie nouvelle génération comme le Watermass. ■

Mes soins coup de pied *contre la mollesse*

On les masse. Ils sentent bon. Ils font un bien fou dès l'application et avec leurs actifs spécifiques, leurs textures adaptées à chacune, ils contribuent à la fermeté de la peau qui en devient toute tonique !

Un visage ferme avec...

...une crème tri-dynamisante à la texture délicate et rosée pénétrante. **Bio-Performance, Crème Super Régénérante Intensive, Shiseido,** 114 €.

...un complexe de vitamines encapsulées pour stimuler la production de collagène et apporter une protection anti-oxydante. **Multivitamin Power Serum, Dermalogica,** 88 €. En avril 2013.

...le Natecium® DHC, un antioxydant dérivé de l'hespéridine qui protège les cellules mères. **Age Perfect Renaissance Cellulaire Soin Reconstituant Jour, L'Oréal,** 18,50 €.

...un soin anti-âge crémeux bio, avec de l'huile d'argan, de l'extrait de framboise et du plancton marin. **Secret de Jouvence, Belengaia,** 28,40 € sur le site de la marque.

Un corps ferme avec...

...de la camarine noire, du bambou, du chêne dans un sérum multi-actif restructurant, tonifiant, raffermissant certifié Ecocert et une texture ultra pénétrante non grasse et un packaging so chic et design. **La Solution + Fermeté, Absolution,** 44 €.

...un lait drainant, anti-cellulite, raffermissant et hautement concentré en caféine, thé vert asiatique avec des céramides de Yuzu qui redéfinissent la peau. Il sent le frais ce **Body Milk Yuza Sorbet d'Erborian,** 26 €.

...un produit star spécial minceur et fermeté à triple action anti-eau, anti-gras et anti-relâchement. **Svelt System, Crème Multi-Cible Minceur Esthederm.** 59 €.

...riche aux pétales de fleurs d'amandier et d'oranger dans une texture fondante. Un rêve de douceur et de fermeté. **Crème Fondante Raffermissante Body, Nuxe,** 35 €.

...concentrée en lait d'amande associé à du silicium et des protéines d'amande analogues au collagène, elle attaque le relâchement avec fraîcheur. **Crème allégée Raffermissante et Amincissante, l'Occitane,** 39 €.

... amincit et raffermit la silhouette grâce au café vert associé à l'ananas et au marron d'Inde. Effet frais garanti. **Défi Minceur, Sens & Spirit** sans parabènes, huile minérale, ni silicone. 29,90 €.

Eléments de recherche : LPG : fabricant d'appareils de remise en forme/traitement de la peau, toutes citations